

水域活動安全宣導



- 加強同學辨識危險水域與不當戲水行爲之認知，避免發生水域活動意外事件
- 宣導內容
 1. 宣導海報
 2. 水域安全守則插畫
 3. 案例分析

水域安全守則插畫一



守則一：在合法並有救生設備與人員的水域戲水活動。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則二：跳水與戲水游泳不同，需專人指導與適合場地。無論何處都不要跳水。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫二



守則三：海面出現大量白色泡沫破碎
浪時，表示水流強大，趕快遠離。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則四：不要在綠區警戒線外及有
危險警告標示水域戲水。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫三



守則五：溪底狀態不明、容易滑倒或受傷，不要涉水。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則六：湖泊岸邊湖底落差大，上下層水溫溫差大，不要游泳。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫四



守則七：戲水應結伴，並隨時注意同伴的狀況位置。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則八：戲水前要先做好暖身運動，並漸進適應水溫。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫五



守則九：搭乘小船，不要隨便站立或走動。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十：乘船時，應按規定穿著救生衣。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫六



守則十一：不要窺視或觸摸水中的大小洞穴。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十二：不可在游泳池邊奔跑、嬉鬧。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫七



守則十三：不可在水中嬉鬧、惡作劇。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十四：身體疲累、精神不佳、飽食、空腹時，不要戲水游泳。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫八



**守則十五：不要長時間浸泡在水中，
小心失溫。**

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



**守則十六：感覺身體不適或疲累時，
應馬上離水上岸。**

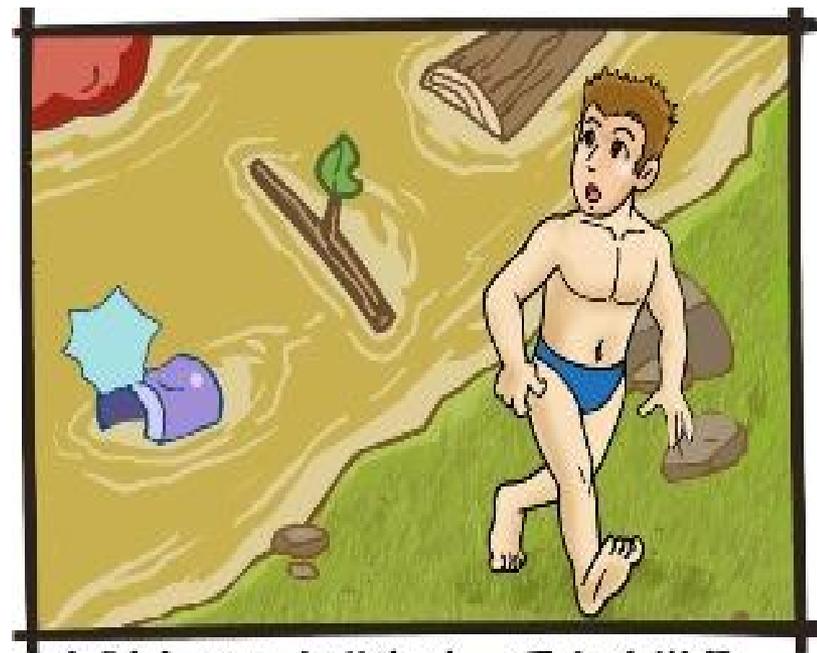
教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫九



守則十七：注意氣象報告，天氣不好，不要戲水或接近水域。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則十八：山洪來時，湍水流變急、水位上升、渾濁；大量樹枝、垃圾漂下，應立即往岸邊高處移動。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫十



守則十九：水上救生需專業技術，發現有人溺水，應先撥 119 呼救，找尋救援器材，不可貿然下水。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作



守則二十：平時應加強水中漂浮技巧，不幸落水時，須冷靜、放鬆，保持漂浮、待援。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(桃園)執行製作

水域安全守則插畫十一



守則二十一：不幸在溪流落水時，應儘量使腳朝水流下游方向，呈仰姿，並設法靠岸或抓固定物。

教育部體育司指導 國立台灣體育大學(俄國)執行製作